



## Train the Trainer: Fernlehrgang Stimmtraining - Modul 5B

### Stimmtraining für Kursleiter & Trainer von Entspannungsverfahren



**D**ie Stimme ist Ihr Musikinstrument. Damit Sie Ihr Instrument einmal mit Hilfe eines Experten „stimmen“ können, bieten wir Ihnen diesen Workshop.

Die Modulation der Stimme bedeutet, dass Sie Ihre Stimme zur Unterstreichung Ihrer Aussagen einsetzen. Es geht darum, dass Sie einmal lauter oder leiser, höher oder tiefer sprechen und an geeigneten Stellen Pausen machen, die das Klangbild gliedern. Beim Anleiten von Entspannungsverfahren ist es jedoch wichtig, dass die Stimme entspannend klingt und nicht, wie beim Erzählen von Geschichten, Aufregung und Anspannung transportiert.

#### Ziele des Fernstudiums

In diesem Fernlehrgang werden Sie erfahren, wie Sie Ihre stimmliche Präsenz in Bezug auf das Anleiten von Entspannungseinheiten, Meditationen und anderen systematischen Verfahren besser nutzen können.

Eine warme, sanfte und einfühlsame Stimme ist beim Anleiten von Entspannungskursen vorteilhaft. Sicherlich haben Sie selbst schon bemerkt, dass Sie manchen Anleitungen nicht folgen mögen, da Sie die Stimme des Sprechers irritiert. Finden Sie heraus, wie Sie Ihre Stimme durch Modulation und Betonung ansprechender und wirkungsvoller gestalten können. Und finden Sie heraus, dass Ihre Stimme mehr bietet, als Sie bisher erahnt haben.

Es geht um das Training der Stimme, speziell für das Anleiten von Entspannungsverfahren und ähnlichen Inhalten.

#### Inhalte

- Modulation: Höhen, Tiefen und Klangfarbenreichtum der Stimme
- Dynamik: laut und leise sprechen können
- Ausdauer: lange und viel sprechen können
- Betonung: lebendig und gezielt betonen für gute Verständlichkeit
- Kompetentes, überzeugendes Auftreten durch innere Ruhe und Kraft

#### Zielgruppe

Dieser Fernlehrgang richtet sich an Entspannungstrainer, Kursleiter von Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Hypnose), Meditationslehrer und alle Personen, die im Bereich der Entspannung arbeiten oder arbeiten möchten.

Dieses Fernstudium ist bei einer Vielzahl unserer großen Ausbildungspakete inklusive, wie z.B. Burnout Präventionscoach, Entspannungspädagoge, Entspannungspädagoge für Kinder, Stressmanagement Coach, Ausbildungspaket Resilienztrainer, Trainer für Betriebliches Stressmanagement, Gesundheitsberater, Gesundheitscoach, Gesundheitspädagoge. Fragen Sie bei Interesse gerne nach, ob Sie zu dem von Ihnen gebuchten großen Ausbildungspaket auch dieses Modul inklusive erhalten.

**Dauer**  
1 Monat

Aktuelle Termine unter  
[www.fitmedi-akademie.de](http://www.fitmedi-akademie.de)